

FASILITAS REHABILITASI DAN PENGEMBANGAN BAKAT BAGI PECANDU INTERNET

Victor Gunawan¹⁾, Timmy Setiawan^{2*)}

¹⁾Program Studi S1 Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Tarumanagara,
victor.315190094@stu.untar.ac.id

^{2)*)} Program Studi S1 Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Tarumanagara, timmys@ft.untar.ac.id
*Penulis Korespondensi: timmys@ft.untar.ac.id

Masuk: 15-06-2023, revisi: 23-09-2023, diterima untuk diterbitkan: 28-10-2023

Abstrak

Seiring berkembangnya zaman, perkembangan IPTEK (Ilmu Pengetahuan Teknologi dan Komunikasi) yang cukup pesat menyebabkan anak-anak mudah memperoleh informasi dan mempelajarinya, contohnya adalah internet khususnya *game* online. *Game* online merupakan suatu cara belajar dengan menganalisa bersama sekelompok/individu menggunakan strategi yang dapat dilakukan dengan menyambungkan perangkat melalui koneksi internet. Kemudahan dalam mengakses *game* online seperti warnet, ponsel dan komputer menyebabkan remaja dapat bermain tanpa adanya pengawasan dan penjagaan dari orang tua sehingga lupa waktu. Dalam proses ini remaja dapat memasuki tahap kecanduan karena merasa sudah asik bermain *game*, waktu yang seharusnya dipergunakan untuk belajar dan berbaur dengan teman telah berkurang atau bahkan tidak menjadi prioritas demi bisa duduk berlama-lama untuk bermain *game* online. Kecanduan *game* online akan menjadi topik yang diangkat, penulis akan melakukan perancangan pusat rehabilitasi dan pengembangan bakat dengan pendekatan kepentingan kesehatan mental psikis maupun fisik terhadap remaja dan juga perkembangan remaja. Arsitektur kemanusiaan dan psikologis memfokuskan perkembangan dan kesehatan menjadi faktor utama. Selain itu, perancangan pusat rehabilitasi dan pengembangan bakat akan memberikan wadah sebagai tempat remaja-dewasa muda dapat rehabilitasi, sebagai pusat perkembangan remaja, dan juga dapat menjadi wadah bersosialisasi agar dapat mengurangi dampak orang yang sudah kecanduan *game* online.

Kata Kunci : *game* online; IPTEK; kecanduan; rehabilitasi

Abstract

As time goes by, the development of science and technology is quite rapid causing teenager to easily obtain information and learn it, one example is online games. Online games are a way of learning by analyzing with a group/individual using strategies that can be done by connecting devices via an internet connection. The ease of accessing online games such as internet cafes, cellphones and computers causes teenager to play without supervision and lack of care from parents so they forget time. In this process, teenager can step into addiction stage because they like to playing games, the time that should be used to study and mingle with friends has been reduced or even not a priority in order to be able to sit for a long time to play online games Online game addiction will be the topic raised, the author will design a rehabilitation and talent development center with an approach to the interests of psychological and physical mental health of teenager and adolescent development. Humanitarian and psychological architecture focuses on development and health as the main factor. In addition, the Rehabilitation and talent development center will provide a place where teenager and young adult can rehabilitate, as a center for teenager development, and can also be a place to socialize in order to reduce the impact of people who are already addicted to online games.

Keywords: *online games, science and technology, addiction, rehabilitation*

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Fenomena yang saat ini sedang terjadi dalam kehidupan manusia lebih banyak dipengaruhi oleh perkembangan IPTEK (ilmu Pengetahuan Teknologi dan Komunikasi). Perkembangan IPTEK yang meningkat menyebabkan anak-anak mudah memperoleh informasi dan mempelajarinya, internet atau *game* online menjadi salah satu contohnya. *Game* online merupakan permainan yang membutuhkan komputer maupun *smartphone* sebagai media yang dioperasikan menggunakan koneksi internet. Cara bermain dan tantangan dalam permainan tersebut dapat membuat para pemain menjadi semakin tertarik dan penasaran untuk memainkannya. Rasa keinginan untuk bermain yang tinggi memberikan individu dampak kecanduan dan beberapa dampak negatif terhadap dirinya. Suatu pandangan menarik dari Johan Huizinga, ia memberikan komentar mengenai manusia merupakan "homo ludens". Arti dari homo ludens adalah manusia merupakan makhluk yang suka bermain dan segala tindakan manusia sudah terkerangka dalam aktivitas pemainannya. (Nugroho, 2017)

Masa perkembangan remaja di Indonesia, menjadi salah satu sorotan karena dalam masa itu memang masih perlu pengawasan penuh oleh orang tua dan dari lingkungan sekitar. Kehadiran *game* online di era digital ini telah membawa pengaruh besar terhadap perkembangan pribadi dan adaptasi anak menuju remaja, bahkan tidak sedikit remaja yang berubah menjadi pecandu *game* online. Waktu yang semestinya dipergunakan untuk belajar dan berbaur dengan teman telah berkurang atau bahkan tidak menjadi prioritas demi bisa duduk berlama-lama untuk bermain *game* online. *Game* online pada dasarnya suatu cara belajar dengan menganalisa bersama sekelompok/individu menggunakan strategi-strategi. Kebanyakan remaja jaman sekarang salah mengartikan *game* online untuk menjadikannya kebutuhan hidup, tetapi lupa bahwa *game* online dapat mengisi waktu luang dan menyegarkan otak setelah melakukan aktivitas sehari-hari. Kenyataannya, permainan malah memberikan individunya mengalami kecanduan.

Dalam sebuah survei pada tahun 2019 kepada 643 remaja di Jakarta, 31,4% remaja mengalami kecanduan internet. Sebagian waktu yang digunakan anak-anak dan remaja digunakan untuk bermain internet (*game online*) serta media sosial. Beberapa jenis permainan yang dimainkan seperti *Moba (Multiplayer online battle arena)* dengan 46% dan sosial media dengan 23,2%. (CNN, 2021) Di Indonesia, 54,1% remaja usia 15-18 tahun mengalami kecanduan *game* online, terbagi menjadi 77,5% merupakan remaja putra dan sisanya merupakan remaja putri, mereka dapat bermain 2-10 jam dalam seminggu. (Gurusinga, 2020). Berdasarkan penelitian Yee, ditemukan bahwa hingga 64,45% pria muda dan 47,85% wanita muda yang bermain *game* online antara usia 12 dan 22 tahun dilaporkan kecanduan *game* online. (Khasanah, 2020). Pengguna yang mengalami kecanduan akan menjadi malas untuk beraktivitas atau bahkan sulit berkonsentrasi, hanya *game* online saja yang dapat menjadi penyemangat mereka. Sehingga, perlunya sebuah bimbingan dan kebijaksanaan dari orang tua serta lingkungan sekitar dalam bermain *game* online, jangan sampai lebih banyak dampak negatif daripada dampak positif.

Rumusan Permasalahan

Game online memberikan dampak negatif pada pemakainya. Dampak negatifnya adalah menjadikan kecanduan bagi penggunanya. Kecanduan ini bisa dikategorikan dari tingkat rendah-berat. Hal ini dikarenakan kurangnya kesadaran masyarakat memanfaatkan teknologi termasuk *game* online hingga menyebabkan kesalahan penggunaan pemanfaatannya. Pada survei tahun 2021 oleh CNN sebanyak 31,4% mengalami kecanduan, tetapi karena kurangnya wadah dan pengetahuan tentang kecanduan internet menyebabkan penanganannya kurang maksimal. Pada hal ini, Arsitektur berperan untuk memberikan wadah bagi pecandu untuk lebih mengenal berupa hunian asrama, communal space, dan rehabilitasi.

Tujuan

Tujuan dari penulisan ini adalah membantu pecandu *game* online untuk mengenal dan mempelajari tentang kecanduan *game* online. Dalam hal ini, arsitektur berperan untuk memberikan wadah penanganan dari tingkat rendah-berat, dengan cara membedakan program ruang yang dibutuhkan dan memberikan area komunal agar dapat mengurangi jumlah pecandu yang terus bertambah. Diharapkan program yang diberikan kepada pecandu dapat memberikan kebebasan dan mengurangi rasa kecanduan tersebut.

2. KAJIAN LITERATUR

Pengertian Kecanduan

Kecanduan merupakan suatu keadaan dimana seseorang kehilangan kendali atas sesuatu. Biasanya hal ini dapat berupa rasa sayang yang berlebihan yang didorong oleh keinginan atau keterikatan yang kuat terhadap sesuatu. Seorang pecandu biasanya tidak dapat mengontrol dirinya. Terdapat 3 tahap dalam kecanduan, di awal muncul rasa keingintahuan tentang *game* tersebut dan berkembang dari sana. Selain itu, mulai kehilangan kendali karena hal yang disukai tidak tercapai. Fase ini kemudian berlanjut sebagai kebiasaan dalam melakukan sesuatu dan sulit dihilangkan. Faktor terpenting dalam kecanduan adalah perasaan senang yang berlebih. Otak mengalami dan mengenali sesuatu yang seru dan ingin mengulanginya kembali. Hormon dopamin juga dilepaskan oleh otak untuk mengenali rasa senang. Hormon bereaksi ketika merasa senang dan puas akan sesuatu (Makarim, 2022).

Pengertian *Game* online

Game online adalah permainan yang membutuhkan jaringan internet atau dapat menggunakan koneksi kabel. *Game* ini dapat dimainkan dengan komputer (PC), laptop, atau bahkan gawai. Permainan dapat dimainkan jika perangkat terkoneksi dengan jaringan. Permainan tersebut dapat dimainkan oleh banyak orang dari berbagai penjuru dunia di waktu yang bersamaan. Biasanya, dalam *game* online setiap pemain dapat saling terhubung satu sama lain. Sehingga, hal tersebut dapat memungkinkan pemain saling berkomunikasi (Agusta, 2019).

Pengertian Kecanduan *Game* Online

Kecanduan *game* didefinisikan sebuah perilaku bermain online maupun offline dengan menunjukkan sebuah perilaku tidak normal. Seperti, keinginan bermain *game* yang tidak dapat dikendalikan, kurang bisa mengatur skala prioritas bermain *game* dibandingkan aktivitas dan kegiatan lainnya, terus bermain walaupun banyak konsekuensi negatif yang jelas terlihat. (Finaka, 2019)

Menurut seorang psikolog, jika seseorang sudah kecanduan *game* online, terjadi kerusakan syaraf sama seperti kecanduan narkoba. *Game* online dapat mempengaruhi psikologis seseorang, mempengaruhi psikis dan dapat menimbulkan suatu hal yang tidak normal. Kecanduan dapat terjadi kepada siapapun terutama yang depresi dan frustrasi. Saat memilih bermain, pemain mendapatkan sebuah tantangan baru dan memberikan kepuasan hormon endorfinnya meningkat, menyebabkan mereka terus ingin bermain. Seseorang dapat dikategorikan candu jika memprioritaskan *game* dibandingkan hal lainnya (Agusta, 2019).

Game tersebut secara visual langsung teringat di pikirannya, dan timbul rasa ingin menyelesaikan *game* online tersebut. Waktu main yang berlebih dapat menyebabkan gangguan mental dan meningkatkan emosional yang memicu sifat agresif. Bayangan permainan yang tersimpan di otak pemain *game* online hampir mirip dengan kecanduan atau efek narkoba (Rokom, 2018).

Faktor Kecanduan *Game* Online

Kecanduan *game* internet disebabkan oleh beberapa faktor. Kemudahan akses bermain *game* online menjadi salah satu penyebabnya; waktu bermain yang lama dan sering. Remaja cenderung tidur lebih larut malam jika dapat menggunakan perangkat media elektronik di kamar tidur, sehingga waktu tidur menjadi lebih singkat dan berkurangnya kemampuan untuk fokus pada hari berikutnya.

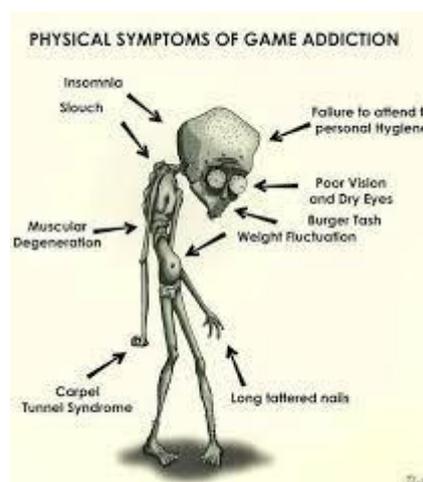
Remaja atau dewasa muda yang memiliki ponsel/perangkat di kamar mereka cenderung menggunakannya untuk bermain *game* daripada membaca buku. Orang tua dapat membatasi jumlah uang dan peralatan yang dihabiskan untuk bermain *game* online. Cara tersebut dapat membatasi akses mereka terhadap penggunaan *game* online yang berlebihan. (Novrialdy, 2019)

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan kecanduan *game*: kurangnya komunikasi antara anak dan anggota keluarga, terutama orang tua, kurangnya pengawasan orang tua terhadap anak, kesalahan pendidikan dari orang tua kepada anak. Memanjakan, melepaskan, menahan, meragukan dan mendiamkan anak adalah hal yang sangat penting bagi anak, anak bosan atau lelah dengan rutinitas yang monoton.

Ciri Pecandu Internet dan *game* online

Kecanduan adalah perilaku yang menjadi sebuah rutinitas dalam kegiatan sehari-hari dan dilakukan secara berulang-ulang, seperti halnya kecanduan *game* internet yang terjadi setiap hari bahkan setiap saat tanpa membuat penggunanya lelah. Mempraktikkan kegiatan ini sudah cukup lama membentuk kebiasaan yang menjadi ciri khas para pecandu.

Ciri-Ciri Pecandu Internet: Ketika mereka meninggalkan rumah, kafe internet (warung internet) adalah tujuan mereka. Warnet menawarkan kesempatan bermain internet (*game* online), dan dapat bertemu dengan banyak teman. Umumnya para *gamer* lebih memilih pergi ke warnet daripada menggunakan fasilitas yang ada di rumah. Sehingga, membuat wajah mereka terlihat letih setelah bermain *game* online karena kelelahan.



Gambar 1. Gejala Fisik Kecanduan *Game*

Sumber : *Google Photos*

Gambar diatas menunjukan efek kepada seseorang yang mengalami kecanduan *game online*. Efek bermain internet berlebihan dapat memberikan insomnia (Sebuah keadaan seseorang tidur dengan waktu yang sedikit/ kesulitan tidur, tergantung dari berapa lama waktu, kebutuhan tubuh, meskipun ada kemungkinan untuk melakukannya). ketidakmampuan untuk merawat

tubuh dalam hal kebersihan, penglihatan yang memburuk dan mata mulai merah akibat kering, berat badan mulai meningkat, tubuh membungkuk, pengecilan otot, bahkan menyebabkan suatu penyakit di pergelangan tangan berupa mati rasa/ nyeri yang disertai kesemutan yang biasa disebut *carpal tunnel syndrome* dan kuku menjadi kasar dan panjang. (Assyahida, 2018)

Tabel 1. Tingkat Kecanduan dan Cara Penanganan *Game Online*

Tingkat Kecanduan	Keterangan	Cara Penanganan
Rendah	Pola hidup yang mulai malas dan tidak teratur dalam melakukan kehidupan sehari-harinya dan waktu bermain berkisar 30 menit/hari	Pasien tidak perlu menginap, dapat melakukan konsultasi 1-3/Minggu. Setelah itu diberikan motivasi dan kelas kecil, proses terakhir pengembalian kinerja gerak tubuh dengan berolahraga dan menggerakkan tubuh.
Sedang	Durasi bermain berkisar 3-4 jam/hari, sulit berkonsentrasi, mudah mengantuk, serta sulit mengontrol emosionalnya.	Pasien diharuskan untuk menginap, mengikuti kegiatan yang disediakan. Melakukan konsultasi untuk mengembalikan mental dan diberikan kelas motivasi. Proses terakhir, melakukan olahraga untuk mengembalikan kinerja gerak tubuh.
Berat	<i>Game</i> menjadi fokus utama pengguna, waktu durasi bermain berkisar hingga 5 jam - tidak berinteraksi dengan sosial dan dapat mengeluarkan uang hanya untuk bermain <i>game</i>	Penanganan pasien sama seperti tingkat sedang, tetapi bedanya pada sistem konsultasi yang lebih mendalam dan diberikan tambahan obat-obatan diperlukan jika sudah mengganggu sistem kinerja otak. Selain itu diberikan vitamin untuk menyeimbangkan.

Sumber: Rahman,2022.

Tabel 2. Dampak Positif dan Negatif *Game Online*

Dampak Positif	Dampak Negatif
<ul style="list-style-type: none"> • Memudahkan mempelajari bahasa asing. • Pada saat bermain <i>game</i> kebanyakan bahasa asing yang akan digunakan dalam permainan. Terutama bahasa Inggris dikarenakan merupakan salah satu bahasa internasional. Lalu, saat berkomunikasi dengan orang lain terutama dengan penjurur dunia, kebanyakan menggunakan bahasa asing. (Kustiawan dan Utomo, 2018). • Melatih konsentrasi terhadap sesuatu yang dikerjakan. • Pada saat bermain <i>game</i>, konsentrasi sangat dibutuhkan karena ada taktik yang digunakan oleh lawan yang mungkin harus diingat agar strategi yang di gunakan tetap berjalan dan tidak buyar. • Melatih kerja sama tim, • Seseorang harus dapat bertanggung jawab menyelesaikan bagian yang di kerjakan dalam sebuah kelompok dan disitulah kerja sama tim akan dilatih. • Melatih kesabaran. 	<ul style="list-style-type: none"> • Kesehatan mata menurun • <i>Game</i> online seringkali membuat pemainnya tertidur. Berkat tampilan grafis yang menarik, pemain merasa nyaman dan bisa bermain dalam waktu yang lama. Namun, telah terbukti bahwa melihat layar ponsel atau komputer dalam waktu lama berdampak negatif pada kesehatan mata. • Gangguan Pada Syaraf Motorik • Ketika anda bermain <i>game</i> online hingga subuh, Anda bergerak lebih sedikit. <i>Gamer</i> online duduk dalam waktu lama, yang tidak baik untuk kesehatan Anda. Jika hal ini tidak segera diperbaiki, maka akan mempengaruhi kemampuan motorik orang tersebut. • Sulit Mengontrol diri • Saat ini banyak <i>game</i> online yang menampilkan perang untuk membunuh lawan satu sama lain. Jarang penjudi dengan mudah mengambil kebiasaan karakter permainan. Menendang dan meninju adalah

- Pada situasi tidak kondusif, pemain harus tetap bersabar agar rencana yang dilakukan tidak berantakan dan juga tidak berkata kasar.
- hal biasa ketika seseorang kecanduan *game* online.
- Menjauh dari lingkungan
- Seseorang yang kecanduan *game* online meminimalkan komunikasi dengan lingkungan sekitar. Orang-orang ini ingin tinggal di rumah dan fokus bermain tanpa henti terlepas dari lingkungan sekitar mereka.
- Masalah Kesehatan Tubuh
- Para pecandu *game* online sering melupakan waktu makan, istirahat, dan olahraga. Kesehatan dan fungsi tubuh memburuk jika tidak dirawat dengan baik. (Rachmasari, 2022)

Sumber: Olahan dari Berbagai Sumber, 2023

Pendekatan Arsitektur Empati

Empati adalah kemampuan untuk memahami perasaan dan masalah seseorang, berpikir dari sudut pandang diri sendiri dan mengenali perbedaan perasaan orang lain. Sumber moralitas yang paling penting adalah empati karena ketika seseorang berada dalam situasi yang sulit, orang merasa terdorong untuk membantu mereka. (Golemann, 1996)

Pada bidang arsitektur juga terdapat empati, dalam proses design thinking, terdapat 5 tahapan; empati, definisi, ide, prototipe, dan uji. "Kita tidak dapat menghasilkan desain yang bagus tanpa kita mengembangkan empati terhadap subjek yang akan difasilitasi di lingkungan binaan yang akan didesain, oleh sebab itu maka bicara tentang manusia." ujar Sugini. Arsitek dan desainer telah melawan ketidakadilan dengan arsitektur empati. Arsitek dan desainer berfokus pada penciptaan ruang untuk dampak sosial, ruang yang lebih inklusif, ruang yang tanggap terhadap bencana alam, ketidakadilan sosial, atau bahkan pandemi. Hasil desain dari filosofi ini mendukung rasa emosional berupa empati.

Pendekatan Arsitektur Kemanusiaan

Arsitektur kemanusiaan adalah konsep arsitektur yang berusaha untuk meningkatkan masalah kemanusiaan – bantuan bencana, kemiskinan, konflik, penyakit dan masalah lainnya. Mengingat kehidupan lingkungan yang memiliki banyak masalah, arsitektur dalam situasi ini harus melayani kebutuhan mendasar yang sangat penting dari tempat tinggal, kehangatan, akses air bersih, dan tempat untuk membangun keluarga dan lingkungan. Arsitektur Kemanusiaan menjadi mekanisme untuk mencapai perubahan positif pada masyarakat dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Ini menjadi katalis untuk merangsang pendidikan anak-anak, perkembangan ekonomi, dan kesehatan dan kesejahteraan seluruh masyarakat. (characteristics of successful humanitarian architecture, 2022)

Pendekatan Arsitektur Psikologi

Arsitektur psikologis merupakan konsep arsitektur yang mengkaji hubungan antara lingkungan dan perilaku manusia, yang keduanya dapat saling mempengaruhi. Tujuan dari arsitektur psikologis adalah untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan interaksi manusia dan lingkungan sehingga potensi dan bakat dapat berkembang dan membangkitkan perilaku yang diinginkan. Orang memiliki panca indera untuk melihat atau merasakan lingkungan, tetapi sisi visual paling terlihat dalam kenikmatan karya arsitektur ruang, cahaya dan warna, di mana unsur-unsur lain digunakan dengan cara yang saling melengkapi tetapi penting. demi

kenyamanan para penggunanya. Kelima aspek tersebut adalah peraba, penglihatan, pendengaran, pengecap, dan penciuman.

Ada beberapa aspek kehidupan manusia, yang terpenting adalah kesehatan. Kesehatan berkaitan dengan kehidupan seseorang, kesehatan mental seringkali disepelekan karena tidak terlihat secara langsung. Gangguan kesehatan mental dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental. Faktor yang dapat menyebabkan gangguan jiwa seperti kehilangan dan kekerasan dalam keluarga, perundungan, sosial budaya dan lingkungan.

Dalam menjaga kesehatan mental, sebagai pemberi pengaruh penting terhadap lingkungan, arsitek harus memanfaatkan faktor-faktor tersebut. Desain dapat membuat orang merasa rileks atau sesak di sebuah ruangan. Faktor-faktor yang mempengaruhi desain adalah fungsi bangunan, lingkungan, desain, keinginan klien dan cara orang merasa nyaman di dalam ruang. Desain yang dibuat oleh seorang arsitek dapat menimbulkan kesan psikologis, seperti garis horizontal yang membuat ruangan tampak memanjang, dan garis vertikal pada dinding yang memberikan kesan tinggi pada ruangan. Penerapan psikologi pada desain harus digunakan untuk menjaga kewarasan dengan bermain bukaan, ukuran ruang, dan warna. (Wiradita, 2016)



Gambar 2. Ruang Besar, Membuat Kita Merasa Kecil
Sumber : BERK OZDEMIR from Pexels

Bangunan yang sehat secara mental dapat meningkatkan mood dan menjadi tempat menghilangkan penat. Ada tiga elemen yang sangat penting untuk mendesain bangunan yang sehat: ukuran, bukaan, dan warna. Mengenai ukuran ruangan, orang harus nyaman dengan ukuran ruangan. Di banyak gedung, orang merasa ruangnya sempit, seperti di restoran di mana satu meja berdekatan. Duduk di area ini pasti membuat Anda merasa sesak. Ukuran ruangan dapat ditentukan berdasarkan privasi ruangan tersebut, apakah ruangan tersebut digunakan oleh umum, kelompok tertentu atau diri sendiri.

Pengertian Pusat Rehabilitasi

Pusat rehabilitasi adalah tempat utama atau sentral untuk rehabilitasi (rehabilitasi) para penjudi internet. Rehab adalah fasilitas pemulihan bagi penjudi internet. Kecanduan adalah istilah dimana pengguna merasakan rasa keinginan untuk merepetisi hal atau perilaku tanpa henti hingga berdampak buruk bagi penggunaannya.

Manfaat rehabilitasi adalah pemberian rehabilitasi yang mengembalikan citra dan perilaku yang memungkinkan pecandu dilihat negatif bagi lingkungan sekitar, sehingga pecandu dapat kembali pada keadaan yang optimal dan masyarakat kembali menerimanya dan berguna di masyarakat. Jika dilakukan dengan benar dan menyeluruh, rehabilitasi dapat memberdayakan mantan pelaku untuk memberikan nasihat dan memberi tahu orang lain untuk tidak mengikuti jejaknya. Oleh karena itu dapat dinyatakan rehabilitasi merupakan suatu kegiatan yang ditujukan untuk meringankan seseorang dari penyakit berat atau memiliki kekurangan fisik yang memerlukan pengobatan untuk meningkatkan fisik dan memperoleh mental yang sehat. Sebelum. Rehabilitasi adalah suatu kegiatan yang ditujukan untuk membantu seseorang dengan penyakit serius atau cacat yang memerlukan perawatan medis untuk meningkatkan kemampuan fisik dan mentalnya seperti semula. Penjudi online adalah orang-orang yang menderita cedera mental. Oleh karena itu, perlu melalui proses pengembalian atau perbaikan diri untuk kembali normal di pusat rehabilitasi (Assyahida, 2018).

3. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, Oleh karena itu, fokus penelitian ini adalah pada pengumpulan fakta dan identifikasi informasi. Komponen metode penelitian ini adalah deskripsi, analisis, dan interpretasi hasil yang jelas dan tepat (Sulistyo-Basuki 2006).

Pengumpulan Data

Data Primer

Penelitian ini menggunakan data yang diambil dari hasil observasi dan wawancara yang bermain *game* dan berumur 16-25 tahun dan juga melakukan studi terhadap beberapa preseden melalui proyek yang telah terbangun dan menggunakan data sebagai bahan analisis dan di bandingkan. Setelah melakukan perbandingan lalu di sitesiskan menjadi sebuah wadah arsitektural yang menggabungkan program dan memberikan wadah yang belum ada sebelumnya.

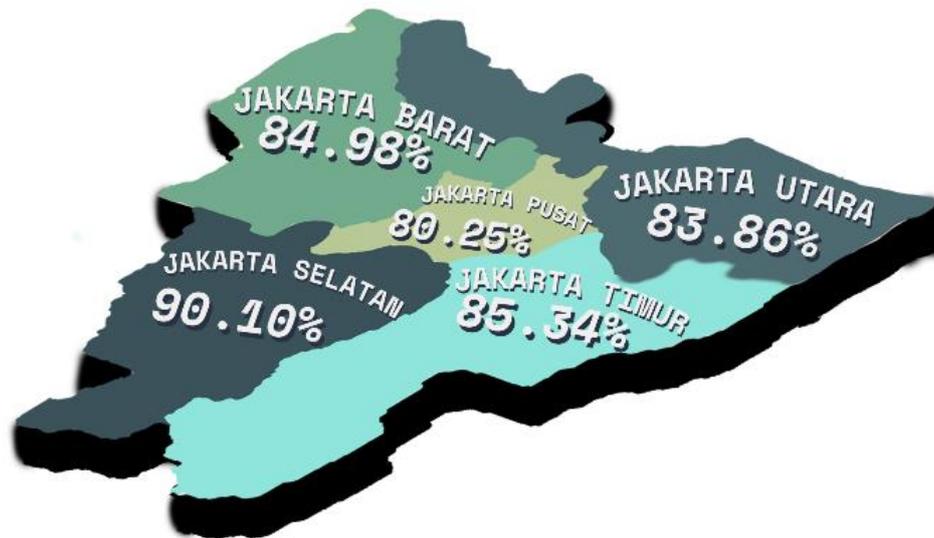
Data Sekunder

Data yang dikumpulkan melalui berita online, literatur dan webinar lalu di komparasi dengan studi literatur yang berasal dari buku maupun media elektronik tentang standard perancangan pusat rehabilitasi. Penelitian yang dibuat diharapkan dapat memberikan informasi sebagai sumber yang dibutuhkan dan berdasarkan penelitian yang dilakukan, dapat menjadi pemicu untuk perancangan pusat rehabilitasi.

Objek dan Lokasi

Penelitian ini difokuskan mengenai arsitektur sebagai wadah fasilitas rehabilitasi di DKI Jakarta yang diakibatkan tingkat pengguna internet yang meningkat dan perkembangan IPTEK.

Penelitian ini ditujukan agar dapat meminimalisir pecandu internet maupun *game* online yang memiliki dampak negatif pada dirinya maupun lingkungan. Maka penelitian ini mengacu pada lokasi yang terpadat banyak pengguna internet dan lokasi yang strategis. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan dapat ditentukan di Jakarta Selatan terdapat 90.10% penduduk menggunakan internet sehingga meningkatkan kemudahan akses internet untuk bermain *game* online.



Gambar 3. Pengguna Internet di atas 5 Tahun di DKI Jakarta, Pada 2023

Sumber : Statistik.jakarta.go.id

Setelah memilih Jakarta Selatan sebagai kawasan terpilih, terdapat beberapa kriteria tapak yang dibutuhkan, yaitu :

Aksesibilitas

Akses menuju tapak dapat dijangkau dengan transportasi umum dengan jarak maksimal 1km dan terdapat jalur pejalan kaki atau jpo.

Dekat Edukasi

Tapak wajib dekat dengan fasilitas edukasi agar dapat melakukan seminar ataupun mengadakan eksibisi ataupun mengajar.

Luas lahan memadai

Wadah ini membutuhkan tapak yang memadai karena terdapat banyak program ruang yang banyak dan ukuran ruang yang besar.

Terdapat banyak vegetasi

Area sekitar tapak harus memiliki vegetasi agar tetap memiliki udara yang baik sehingga menyebabkan ketenangan emosional dari pasien.

Metode Analisis

Analisis yang digunakan adalah Teknik analisis kualitatif. Data yang dianalisis berupa observasi kegiatan remaja-remaja yang bermain gawai, aktivitas dan keseharian dari remaja yang bermain *game* dan memasukan dari tenaga ahlinya.

Prosedur Penelitian

Tahapan dalam melakukan phenomenological research terdiri dari beberapa prosedur yaitu :

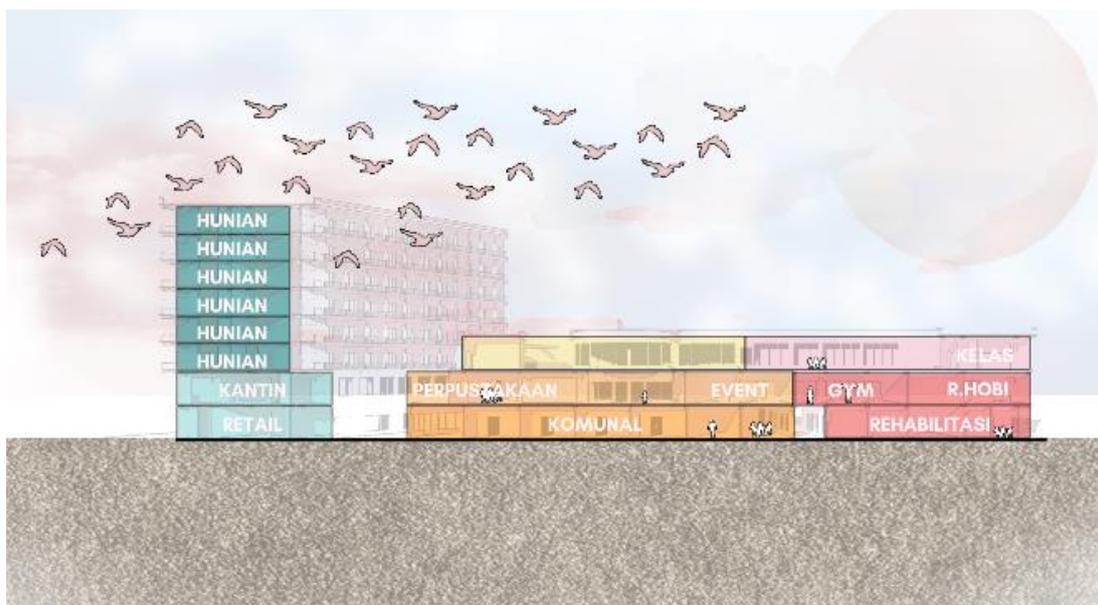
- a. Identifikasi dari fenomena yang terjadi yaitu perkembangan IPTEK yang pesat

- b. Pengembangan deskripsi IPTEK yang pesat menyebabkan gampangnya akses media elektronik dan mengakibatkan kecanduan gawai dan media elektronik lainnya
- c. Mengumpulkan kajian teori yang relevan
- d. Menganalisa dan membandingkan data dari studi preseden, observasi, literatur dan mengolah data
- e. Menyimpulkan hasil analisis dari data yang telah diperoleh
- f. Melakukan perancangan yang berdasar dari hasil analisis
- g. Menyusun hasil penelitian dalam format sistematis.

Metode Desain : Disprogramming yang mengutamakan kemanusiaan dan psikologi

Metode pada bangunan ini menggunakan metode disprogramming. Menurut bernard Tschumi, disprogramming merupakan kombinasi dari 2 fungsi sedemikian rupa sehingga konfigurasi ruangnya dapat saling terkait dan berhubungan. Dalam hal ini, perancangan ini menggabungkan 3 fungsi yaitu rehabilitasi, hunian dan area komunal, area komunal ini dapat menarik para pengguna dari luar tapak untuk datang dan menggunakan area taman komunal. Metode kemanusiaan mencoba memecahkan masalah kemanusiaan yang terus meningkat. Kehidupan lingkungan yang terus bermasalah membuat arsitektur dalam hal ini harus melayani kebutuhan dasar yaitu hunian dan meningkatkan kualitas.

Metode kemanusiaan di dukung oleh metode psikologi yang memiliki tujuan mengatasi masalah yang berkaitan dengan interaksi-interaksi manusia yang dapat mengembangkan potensi. Panca indera yang paling digunakan adalah penglihatan untuk menikmati karya arsitektur berupa ruang, dimana pemilihan warna ruang dan bentuk dari bangunan dapat menarik perhatian dari masyarakat sekitar. Selain indera, aspek lain yang tidak kalah penting adalah kesehatan, kesehatan mental yang terganggu dapat berdampak pada fisik dan psikis. Dalam menjaga mental, arsitek dapat memberikan dampak dengan cara memberikan area komunal untuk bersosialisasi dan wadah untuk masyarakat datang ke dalam bangunan. Selain itu, agar dapat mengetahui bahaya dari kecanduan internet diberikan exhibition hall dan perpustakaan khusus membahas tentang *self development*.



Gambar 4. Zoning
Sumber : Penulis, 2023.

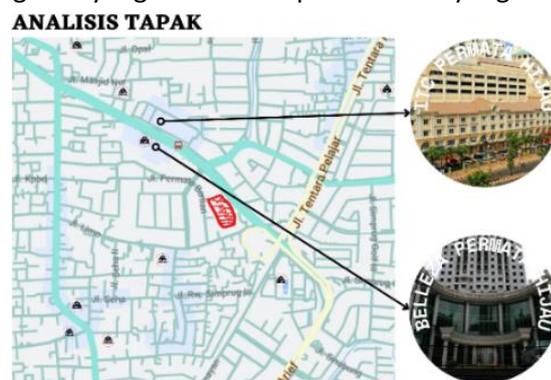
4. DISKUSI DAN HASIL

Konteks

Dari hasil data diatas, kecamatan Kebayoran Lama menjadi kawasan terpilih. Lokasi tapak strategis dikarenakan dekat dengan tol, jalan utamanya berkisar 6m, dan fasilitas di sekitarnya dapat mendukung proyek ini. Tapak terpilih ini terdapat di Jl. Arteri Soepono kelurahan Grogol Utara, Tapak ini dikelilingi shuttle bus dan bus stop, dekat dengan mall dan apartemen, terdapat banyak lahan hijau.

Analisis Pada Tapak

Akses menuju tapak dapat dijangkau dengan transportasi umum berupa *busway* dengan jarak 500m. Akses menuju tapak juga dapat dijangkau dengan jalur tol yang berjarak 1 menit dari exit tol. Dalam jarak radius 1,5km dari tapak dengan luas lahan berkisar 11300m² sesuai dengan kebutuhan program ruang yang dibutuhkan, ditemukan 9 titik edukasi dari SD-perkuliahan. Area di sekitar tapak terdapat 2 vegetasi yang masih merupakan hutan yang tidak terawat.



Gambar 5. Analisis Tapak Untuk Aksesibilitas
Sumber: Penulis, 2023

Konsep

Setelah melakukan pengumpulan data dan analisis terhadap literatur dan preseden. Terdapat 3 tahap penanganan dengan tingkat kecanduan yang berbeda. Setiap tingkat kecanduan memiliki penanganan yang berbeda yaitu :

Ringan

membutuhkan penanganan yang tidak dibutuhkan untuk menginap dan hanya perlu konsultasi dan beberapa kelas yang dapat memberikan motivasi ke pecandu.

Sedang

Perbedaan dengan tingkat ringan, tingkat sedang membutuhkan tempat penginapan agar kehidupannya dapat lebih teratur dan mengikuti siklus pengobatan di dalam area rehabilitasi.

Berat

Di tahap penanganan tingkat berat, sama seperti di tingkat sedang. Tetapi, membutuhkan beberapa medikasi untuk memberikan ketenangan. Sehingga membutuhkan area pengawas untuk memberikan pengawasan lebih.

Selain itu, untuk menarik masyarakat datang menuju tapak diberikan area komunal berupa perpustakaan perkembangan diri, ruang eksibisi berupa galeri kecanduan *game*, dan area teras komunal.

Konten

Perancangan ini diharapkan dapat memberikan wadah bagi pecandu *game* online untuk melakukan penyembuhan dan mengikuti aktivitas yang diberikan. Bangunan yang memiliki program yang mendukung dapat membantu pengguna untuk sembuh lebih optimal. Serta

memberikan program yang dapat menarik pengunjung dan menyadarinya bahwa ini menjadi suatu isu yang tidak sederhana.



Gambar 6. Proses Pembagian Zoning melalui Proses Gubahan Massa
Sumber: Penulis, 2023

Program Ruang

Dikarenakan wadah rehabilitasi khusus pecandu internet khususnya *game* online hampir/tidak ada. Sehingga memberikan ide perancangan untuk membuat program yang sesuai yang dibutuhkan dari hasil studi preseden dan membedakannya dari rehabilitasi lainnya seperti narkoba ataupun kecanduan lainnya. Program yang dibutuhkan seperti:

Tabel 3. Program Ruang dan Kelengkapan Fasilitas

No.	Jenis Ruang	Keterangan Fasilitas
1.	Fasilitas Rehabilitasi	a. Ruang Konsultasi b. Ruang Kerja c. Ruang Kelas d. Gym/Fitness e. Fisioterapi f. Klinik
2.	Comunal Area	a. Auditorium b. Taman/gim ruang luar c. Ruang Hobi d. Perpustakaan (Perkembangan Diri) e. Teras Komunal f. Ruang Eksibisi (Galeri Pecandu)
3.	Fasilitas Hunian	a. 2 Kamar Tidur b. 3 Kamar Tidur c. Kantin

Sumber: Penulis, 2023

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, disimpulkan bahwa perkembangan IPTEK menjadi fenomena yang terjadi di kota Jakarta. Karena IPTEK berkembang dengan cepat, mengakibatkan pengguna internet meningkat dan Jakarta selatan merupakan pengguna internet terbanyak melalui persentase. Internet tersebut memiliki dampak positif dan negatif, hal ini menyebabkan banyak anak remaja mengalami kecanduan, tidak mau bersosialisasi, dll. Oleh karena itu, penelitian ini membahas mengenai perancangan berupa rehabilitasi, hunian dan juga ruang komunal yang dibagi berdasarkan tingkat kecanduan dengan waktu lama bermain. Dalam hal ini, arsitektur berperan penting dalam memberikan solusi melalui program yang dikategorikan berupa perpustakaan dan galeri untuk memberikan wadah edukasi bagi masyarakat dan ruang kelas, terapi, ruang konsultasi, dll untuk meningkatkan motivasi dan intelektual bagi pengguna. Sehingga wadah ini dapat mengoptimalkan penyembuhan yang dialami pecandu dilandaskan oleh psikologi berupa kenyamanan kamar tidur dan warna.

Saran

Masih terdapat banyak orang yang tidak menyadari tentang kecanduan *game*, atau bahkan mereka sendiripun bisa termasuk golongan kecanduan internet. Tetapi di Indonesia hampir/tidak adanya wadah khusus untuk pecandu internet. Sedangkan kecanduan *game* membutuhkan wadah rehabilitasi untuk membantu meringankan dan memberikan sebuah edukasi kepada masyarakat luas tentang bahaya dari kecanduan tersebut. Sehingga, seorang yang telah terjerumus wajib mengenali dirinya kapan harus menjalani/mengikuti rehabilitasi.

REFERENSI

- Agusta, H. (2019, Juli 20). Psikolog : Kecanduan "Game Online" disebut narkoba lewat mata. Retrieved from Antara: <https://www.antaranews.com/berita/967630/psikolog-kecanduan-game-online-disebut-narkoba-lewat-mata>
- Angelyna. (2020). FENOMENOLOGI SEBAGAI METODE PENGEMBANGAN EMPATI DALAM ARSITEKTUR. Jurnal Stupa, 1417.
- Assyahida, K. (2018). PERANCANGAN PUSAT REHABILITASI PECANDU GAME ONLINE DI SURABAYA : SMART BUILDING. Tugas Akhir, 16.
- characteristics of successful humanitarian architecture. (2022). Retrieved from YR ARCHITECTURE DESIGN: <http://yr-architecture.com/characteristics-of-successful-humanitarian-architecture/#:~:text=Humanitarian%20architecture%20is%20architecture%20that,%2C%20conflict%2C%20disease%2C%20etc>
- CNN. (2021, Oktober 2). Survei 19,3 Persen Anak Indonesia Kecanduan Internet. Retrieved from CNN Indonesia: <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20211002135419-255-702502/survei-193-persen-anak-indonesia-kecanduan-internet>
- Finaka, A. W. (2019). Kecanduan *Game* Online= Penyakit Gangguan Mental. Retrieved from indonesiabaik.id: <https://indonesiabaik.id/infografis/kecanduan-game-online-penyakit-gangguan-mental/#:~:text=Kecanduan%20game%20didefinisikan%20sebagai%20pola,terhadap%20kegiatan%20atau%20aktivitas%20lainnya%3B>
- Firdaus, Y., Pebrianti, Y., Andriyani, T. (2018). PENGARUH KECANDUAN GAME ONLINE TERHADAP PERILAKU KONSUMTIF SISWA PENGGUNA GAME ONLINE. Jurnal Riset Terapan Akuntansi Politeknik Negeri Sriwijaya, 169-170.
- Golemann, D. (1996). Kecerdasan Emosional. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Makarim, d. F. (2022, Mei 19). Kecanduan. Retrieved from Halodoc: <https://www.halodoc.com/kesehatan/kecanduan>

- Mertika, Dewi Mariana. (2020). Fenomena *Game* Online di Kalangan Anak Sekolah Dasar. JOURNAL OF EDUCATIONAL REVIEW AND RESEARCH, 100-102.
- Metode Penelitian. (2008). FIB UI, 22.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan *Game* Online pada Remaja:. Buletin Psikologi, 153-154.
- Nugroho, W. B. (2017, Oktober 11). Problem Homo Ludens Dan Penciptaan Subyek Antikorupsi. Retrieved from Sanglah Insitute: <https://www.sanglah-institute.org/2017/10/problem-homo-ludens-dan-penciptaan.html>
- Phenomenological Research Design. (n.d.). Retrieved from delve: <https://delvetool.com/blog/phenomenology#:~:text=Phenomenological%20research%20is%20a%20qualitative,preconceived%20assumptions%20about%20the%20phenomenon.>
- Rachmasari, I. (2022, Agustus 31). Ketahui 5 Dampak Positif dan Negatif Bermain *Game* Online. Retrieved from sportstars.id: <https://www.sportstars.id/read/ketahui-5-dampak-positif-dan-negatif-bermain-game-online-3Dg9O6?page=2>
- Rahman, I. A. (2022). TINGKAT KECANDUAN *GAME* ONLINE PADA REMAJA. Jurnal Mutiara Ners, 85-86.
- Rokom. (2018, Agustus 2). Inilah Dampak Kecanduan *Game* Online. Retrieved from sehatnegeriku: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20180706/4226605/inilah-dampak-kecanduan-game-online/>
- S, J. (2022, Januari 17). Pengaruh Arsitektur terhadap Psikologi Manusia. Retrieved from Kumparan: <https://kumparan.com/jason-s/pengaruh-arsitektur-terhadap-psikologi-manusia-1xKE2s4fVJr>
- Wiradita, D. A. (2016, Juli 23). Penerapan dan Manfaat Psikologi Arsitektur. Retrieved from Analisisdaily: <https://analisadaily.com/berita/arsip/2016/7/23/251801/penerapan-dan-manfaat-psikologi-arsitektur/>